



## ОГЛАВЛЕНИЕ

|                                                                                                     |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| К ЧИТАТЕЛЮ .....                                                                                    | 5   |
| <br>Глава 1. ДЕТСТВО И ЮНОСТЬ В РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ.<br>ЕДА ГРУЗИНСКИХ БЕДНЯКОВ. ДЕТСТВО НА КАВКАЗЕ. |     |
| ЕДА БЕДНЯКОВ .....                                                                                  | 6   |
| За столом в Гори .....                                                                              | 6   |
| Перемена мест: Тифлис и семинария .....                                                             | 20  |
| <br>Глава 2. ТРИ РУССКИЕ РЕВОЛЮЦИИ. ВОЛНЫ ГОЛОДА<br>И ИЗОБИЛИЯ .....                                |     |
| Повседневная жизнь революционера —<br>на острие конфликта .....                                     | 33  |
| Готовим без кухарки! .....                                                                          | 45  |
| Время экономить! .....                                                                              | 51  |
| Красиво жить не запретишь! .....                                                                    | 55  |
| Для тех, кому нечего есть .....                                                                     | 65  |
| Демократическая еда .....                                                                           | 72  |
| Несостоявшееся прощание с «зеленым змием» .....                                                     | 79  |
| Сибирская ссылка .....                                                                              | 84  |
| Что ели в год двух революций? .....                                                                 | 88  |
| <br>Глава 3. РОССИЯ МЕЖДУ РАЗРУХОЙ, НЭПОМ<br>И КОЛЛЕКТИВИЗАЦИЕЙ .....                               |     |
| «Голь на выдумки хитра» .....                                                                       | 108 |
| Голод как образ жизни .....                                                                         | 121 |
| Ностальгия времен НЭПа .....                                                                        | 135 |
| Азы общепита .....                                                                                  | 156 |

|                                             |     |
|---------------------------------------------|-----|
| Голод среди изобилия.....                   | 188 |
| «Жить стало лучше, товарищи.                |     |
| Жить стало веселее».....                    | 252 |
| Глава 4. ПАЙКИ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ. |     |
| ХВОЙНЫЙ ЭКСТРАКТ, ХЛЕБ С ИСЛАНДСКИМ МХОМ,   |     |
| СОУС ИЗ ДРОЖЖЕЙ И МОРОЖЕНОЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ .  | 295 |
| Предвоенные годы .....                      | 295 |
| 1941-й.....                                 | 302 |
| 1942-й.....                                 | 323 |
| 1943-й.....                                 | 332 |
| 1944-й.....                                 | 343 |
| 1945-й.....                                 | 357 |
| Глава 5. ПОСЛЕ ВОЙНЫ. «КНИГА О ВКУСНОЙ      |     |
| И ЗДОРОВОЙ ПИЩЕ» — ПРОПАГАНДА               |     |
| ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ?.....                        | 369 |
| Осень генералиссимуса.....                  | 369 |
| Чанахи «Арарат», селедки и бананы           |     |
| для товарища Сталина.....                   | 390 |
| Что ели в деревнях?.....                    | 398 |
| Товарищ Микоян и «Книга о вкусной           |     |
| и здоровой пище» .....                      | 433 |
| Вместо эпилога. ШАШЛЫК                      |     |
| ДЛЯ ТОВАРИЩА СТАЛИНА .....                  | 461 |
| ИСТОЧНИКИ.....                              | 472 |